

逆上がり教室

もうすぐ出来そうなのにできない
練習方法がわからない
運動が苦手

←紐を使って回る感覚の練習！

坂を使って段階練習！⇒
出来るようになってきたら
坂を小さくしていこう！！

←棒を使ってキックの練習！
速いキックを意識しよう！！

肘は曲げたまま！⇒
伸ばさないように！
さあ、ゴリラの変身しよう！！

日 程：10月毎週土曜日（5・12・19・26日の計4回）

※振替制度はございません。あらかじめご了承ください。

時 間：17：50～18：50

対 象：本科・一般 年長以上(定員10名)

参加費：8,250円（税込）



お申込みはこちら

plat
MAC SPORTS



**マックススポーツ
プラット 堺北花田**



HPIはこちら



インスタはこちら

☎072-230-4428

電話受付時間
水・木・金 10:00～15:00
土・日 13:00～15:00

大阪府堺市北区北花田町3-17-6 ホリゾンビル 6F

月・火 休館日

ビル敷地内に駐輪場83台あり 駐車場26台（90分無料）あり

●お電話でのお問い合わせの際、指導中はお電話にできませんので、電話受付時間にお問い合わせください。●お電話が繋がりにくい場合は、ホームページのお問合せフォームよりお願いいたします。